ELOGIO DEL BURRO

Una lunghissima preistoria e un'ampia e diversificata storia hanno celebrato gli aspetti positivi del burro, nelle sue molteplici applicazioni, ma soprattutto in quelle alimentari, sia nutrizionali sia gastronomiche. Aspetti positivi che sono ampiamente documentati dalla tradizione, ma anche dal suo valore simbolico e, non da ultimo, anche dal suo valore commerciale, quando per esempio in pianura padana il burro aveva un prezzo almeno pari a quello del formaggio grana. Negli ultimi anni e per una non sempre limpida serie di motivi vi è stata un'inversione di valutazione, fino a un'ingiusta criminalizzazione del burro. Il recente sviluppo della ricerca sulle proprietà non soltanto nutrizionali, ma anche extranutrizionali e sulle caratteristiche salutistiche degli alimenti, non solo sta dimostrando che la tradizione aveva ragione, ma che il burro è dotato di particolari proprietà salutari, forse più d'altri alimenti oggi di moda.

Di particolare interesse nutrizionale ed extranutrizionale risulta il quadro degli acidi grassi presenti nel burro di mucca. Per quanto poi riguarda il tanto criminalizzato colesterolo del burro, oggi è ben noto che questo componente è in un corretto rapporto con le lecitine, con rapporti ottimali nella produzione, in persone sane, di colesterolo Hdl e quindi "buono".

Estremamente importanti sono recenti indagini che indicano come i grassi del burro hanno una rilevante attività anticancerogena preventiva. La rivalutazione non solo nutrizionale, ma anche salutistica del burro e quindi la possibilità di intesserne un elogio, su basi scientifiche e non soltanto tradizionali, non deve stupire in quanto il burro è la componente di un alimento, il latte, che come tale è stato "creato" dalla natura in una selezione di oltre sessanta milioni d'anni e che ha portato al successo la vastissima classe dei mammiferi, di cui anche l'uomo fa parte.

Lunga è la storia del burro, anzi la sua preistoria, in quanto si fa risalire all'inizio della domesticazione degli animali da latte, anche se con una contrapposizione ai latti fermentati. In modo molto schematico si ritiene che la vasta area dell'addomesticamento degli animali produttori di latte, fin dai primordi sia stata inizialmente divisa in due sottoaree: a meridione e nella fertile mezzaluna la temperatura elevata ha favorito lo sviluppo dei latti acidi; a settentrione il clima freddo ha sostenuto la produzione e l'utilizzo del burro.

Nella "Naturalis historia" Plinio il Vecchio scrive che dal latte si ricava il burro e che questo è l'alimento più raffinato, e non soltanto un condimento, dei popoli barbari: un prodotto alimentare il cui consumo distingue i ricchi dai poveri. Il burro, condimento di lusso e grasso di élite dei popoli settentrionali, definiti "barbari", si contrappone all'olio d'oliva in uso presso i Romani e i Greci, popoli "civili".

Oltre a questa contrapposizione tra barbari e civili s'inseriscono già gli usi non nutrizionali del burro. Sempre Plinio ricorda che il burro ha attività protettive dai raggi solari e dall'umidità, per molti versi peraltro simili a quelle dell'olio. Se i barbari hanno l'abitudine di spalmarlo sulla pelle, Plinio ricorda che "anche noi lo facciamo con i nostri bambini". A Roma, infatti, il burro era reperibile, ma per usi diversi da quelli alimentari. Per questo Caio Giulio Cesare si stupisce quando, nella Gallia cisalpina, gli sono offerti asparagi cotti nel burro. In tempi precedenti, in Grecia, Ippocrate ricordava che il burro era importato dall'Asia per essere usato come unguento. Nell'antichità la contrapposizione olio/burro era costantemente rappresentativa di un contrasto tra civiltà e barbarie. Riferendosi ai montanari dei Pirenei, Strabone con disprezzo afferma che "il burro serve loro da olio". È soprattutto nel Medioevo che però si stabilizza la gran divisione dell'Europa in due parti.

Nell'area mediterranea domina incontrastato l'olio d'oliva e successivamente d'altri vegetali, mentre nell'area continentale dominano i grassi animali, da quello di maiale (lardo e strutto od "oleum lardinum") al più prezioso e raffinato burro. Una bipartizione tra grassi vegetali e animali che comporta anche pregiudizi: se il burro nei Paesi nordici era ritenuto ricco di virtù terapeutiche e capace di alleviare la fame e la sete, oltre che imprimere energia, nell'Italia meridionale era considerato pericoloso e causa di terribili malattie quali la lebbra.

Nell'accennata bipartizione s'inserirono anche valutazioni d'ordine religioso e soprattutto quelle relative ai

concetti di "magro" e "grasso" e all'astinenza dalle "carni". Termini questi che devono essere virgolettati in quanto di valore religioso che non coincide con quello odierno di tipo botanico o zoologico.

Con il procedere dei tempi e soprattutto con il diminuire della forza delle concezioni religiose, assumono maggiore importanza le componenti economiche e, da non trascurare, quelle gastronomiche. Infatti, i caratteristici punti di fusione dei diversi grassi li indirizzano a usi specifici: gli oli per condire, i grassi per cucinare ecc. In questa situazione il burro non ha un posto di rilievo. Da una parte è confinato tra gli alimenti "magri" e dall'altro è ritenuto un alimento per poveri, come sopra già indicato. Nel XV secolo in Italia vi è ancora una certa ambivalenza di significazioni.

Il Platina nel suo famoso trattato "De honesta voluptate et valetudine" composto circa nella metà del XV secolo afferma che il burro si può usare "in luogo del grasso e dell'olio per cucinare qualsiasi vivanda", ma nello stesso periodo il padovano Michele Savonarola sostiene che "molti (il burro) l'usano in loco de olio (...) ma el buthiero nuoce allo stomaco e ai soi villi, quelli relaxendo, e a chi non l'ha usato, ge turba el stomaco".

Nell'età moderna il burro assume un ruolo di élite. Già a metà del secolo XVII Vincenzo Tanara nella sua opera "L'economia del cittadino in villa" non solo riconosce la particolare vocazione nei Paesi settentrionali di quest'alimento, ma anche il suo utilizzo da parte dei ceti abbienti. Presso gli antichi, riferisce Tanara, il burro era la separazione della nobiltà dalla plebe, del ricco dal povero, perché il plebeo povero non poteva usarlo per il suo prezzo elevato.

Nell'alimentazione è sottolineata la sua capacità di sostituirsi all'olio, ma anche di essere utilizzato nelle decorazioni dei piatti e come medicamento.

Poco tempo dopo il cardinale Alberoni, proponendo al re di Spagna, per le seconde nozze avvenute nel 1714, Elisabetta Farnese, la descriveva "impastata di butirro e di formaggio piacentino" e cioè nutrita con quanto di meglio vi era, il che doveva far immaginare una pelle liscia e vellutata.

Un rapporto tra burro e pelle d'altronde ben radicato anche negli allevatori che dalla sottigliezza e untuosità della pelle dicevano di poter individuare la vitella o la vacca che avrebbe dato un latte più ricco di grasso.

Come si vede il burro ha avuto una duplice valutazione: positiva e negativa, ma sempre per motivi estranei alla sua composizione.

GIOVANNI BALLARINI
Presidente del Centro Studi "F. Marenghi"
See International Summary page 78